



Pressemitteilung

Sanftes Hatha Yoga

Kamp-Lintfort. Das Gesundheitszentrum am Kamp-Lintforter St. Bernhard-Hospital bietet Donnerstag, 26. August 2021 einen zwölfwöchigen Yoga-Kurs an, in dem noch einige Plätze frei sind.

Hatha-Yoga ist eine altindische Form der Körpererschulung, die zur Gesundheit des ganzen Organismus beiträgt. Der Kurs von Carla Töberich ist eine entspannte Form des Hatha-Yoga. Durch die Übungen sollen die innere Ruhe stabilisiert und eine Harmonie von Körper und Geist hergestellt werden. Yoga-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Kurs findet ab dem 26. August von 16:00- 17:30 Uhr statt, die Kursgebühr beträgt 96 Euro. Informationen und Anmeldung im Gesundheitszentrum unter der Rufnummer 0 28 42 / 70 81 32 oder per E-Mail an gesundheitszentrum@st-bernhard-hospital.de.

Kontakt:

Jörg Verfürth/Astrid Jeitner
St. Bernhard-Hospital
Gesundheitszentrum/Öffentlichkeitsarbeit
Bgm.-Schmelzing-Str. 90
47475 Kamp-Lintfort
Tel.: 0 28 42/70 81 32
Fax: 0 28 42/70 81 33
E-Mail: verfuerth@st-bernhard-hospital.de
Internet: www.st-bernhard-hospital.de

St. Bernhard-Hospital
Gesundheitszentrum
Datum: 13.08.2021